੧ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ





ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਸੀਰੀਜ਼ 391

ਜਿਨਾਂ ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹਰਿ ਤਿਨ ਕੇ ਕਾਜ ਦਯਿ ਆਦੇ ਰਾਸਿ
ਤਿਨ ਚੂਕੀ ਮੁਹਤਾਜੀ ਲੋਕਨ ਕੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅੰਗੁ ਕਰਿ ਬੈਠਾ ਪਾਸਿ

ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ
ਦੇ
'ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨੁ ਹਰਿ' ਦੀ ਵਾਰਤਾ

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਪਟਿਆਲਾ

ਡਾਕਘਰ ਸਨੌਰ, ਪਟਿਆਲਾ ।

ਪੰਜਾਬ (ਇੰਡੀਆ)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ
ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ

ਦਸੰਬਰ 1991
ਮੁਲ 90 ਪੈਸੇ

'ਗੁਰਮੁਖਿ ਕੋਟਿ ਉਧਾਰਦਾ ਦੇ ਨਾਵ ਇਕ ਕਣੀ' ਦੇ ਗੁਰ ਫੁਰਮਾਣ ਦਾ ਅਖਰ ਅਖਰ ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਤੇ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਨਾ ਆਪ ਨਾਮ ਦੀ ਗੂੜੀ ਰੰਗਣ ਅੰਦਰ ਰੰਗਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਇਆ ਉਸੇ ਰੰਗ ਰੰਗਿਆ ਗਿਆ।

ਪਰ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਪਾਣ ਚੜੇ ਕਪੜੇ ਨੂੰ ਰੰਗਣ ਵਾਸਤੇ ਪਹਿਲੋਂ ਉਸ ਦੀ ਪਾਣ ਉਤਾਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਲਗੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਾਣ ਉਤਾਰੇ ਬਿਨਾ ਮਨ ਨਾਮ ਦੇ ਰੰਗ ਰੰਗਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਗੁਰੂ ਫੁਰਮਾਣ ਹੈ।

ਹਉ ਹਉ ਮੈ ਮੈ ਵਿਚਹੁ ਖੋਵੈ

ਮੈਂ ਹਾਂ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਜੇਹਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ-ਇਹੋ ਮੈਂ ਦੀ ਪਕੜ (I am-ness) ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹੀ ਪਾਣ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਸ ਨੇ ਲਾਹੁਣਾ ਹੈ 'ਭੋਲਿਆ ਹਉਮੈ ਸੁਰਤਿ ਵਿਸਾਰਿ-ਹਉਮੈਂ ਮਾਰਿ ਬੀਚਾਰਿ ਮਨ ਗੁਣ ਵਿਚ ਗੁਣ ਲੈ ਸਾਰਿ ਅਰਥਾਤ ਹਉਮੈ ਵਾਲੀ ਸੁਰਤੀ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਦੁਆਰੇ ਮਾਰ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਡੰਗਰ ਦੇ ਪੈਰੀਂ ਪੈ ਪੈਖੜ ਨਾਲ ਦਿਤੀ ਹੈ-'ਹਉਮੈ ਪੈਖੜੁ ਤੇਰੇ ਮਨੈ ਮਾਹਿ (ਬਸੰਤ) ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਇਉਂ ਭੀ ਫਰਮਾਇਆ ਹੈ।

'ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ' 560

ਜੋ ਮਨੁਖ ਮੈਂ ਮੇਰੀ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿਚ ਹੈ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਵਸ ਸਕਦਾ। ਨਾਮ ਵੱਲ ਲਗੇ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਇਹ ਸਮਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

'ਹਮ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਏਕੈ ਓਹੀ,ਆਗੈ ਪਾਛੈ ਏਕੋ ਸੋਈ। 395

ਓਹ ਤਾਂ ਸਦਾ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ :

'ਜੋ ਕਿਛੁ ਹੋਆ ਸਭੁ ਕਿਛੁ ਤੁਝ ਤੇ ਤੇਰੀ ਸਭ ਅਸਨਾਈ 395

ਪਰ ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ, ਬਿਨਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸਜਤਨ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਨਹੀ ਆਉਂਦੀ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਹੈ ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਦਾ—ਅਭਿਆਸੀ ਨੇ ਕੁਝ ਤਿਆਗਣਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੁਆਦਾਂ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿਚ ਹਾਂ। ਖਾਣ ਪੀਣ ਪਹਿਨਣ ਭੋਗਣ ਮਾਨ ਵਡਿਆਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੂਚੇ ਤੌਰ ਅਨੰਦ ਮਈ ਤੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਭੋਗ ਹਨ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸੁਖੀ ਤੇ ਬਲਵਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਨਾਂ ਨਾਲ ਆਤਮਾ ਤ੍ਰਿਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਆਤਮਾ ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਾਮ ਦੀ ਭੁਖ ਨਾਲ 'ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ' ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੇ ਭੁਖ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਾਧੀ ਖੁਰਾਕ ਕੋਈ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਸਗੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਜੇਹਾ ਕੋਈ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ, ਇਉਂ ਹੀ ਨਾਮ ਦੀ ਭੁਖ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਾਮ ਤਥਾ ਰਾਮ ਰਾਮ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕੇਵਲ ਜ਼ਬਾਨ ਨਾਲ ਕਹੀ ਜਾਣਾ ਬਹੁਤਾ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਰਖਦਾ, ਗੁਰ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ, ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ। ਗੂਜਰੀ : ਮ: 3,491

ਪ੍ਰੇਮ ਸਹਿਤ ਨਾਮ ਬਾਣੀ ਦਾ ਗਾਉਣਾ ਸੁਨਣਾ ਹੀ ਆਤਮਾ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ ਫੁਰਮਾਣ ਹੈ :

'ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉਂ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ'

ਜਿਸ ਨਾਮ ਦੇ ਲੈਣ ਨਾਲ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਓਹੋ ਨਾਮ ਲੈਣਾ ਹੀ ਸਫਲ ਹੈ।

ਜਿਨਾਂ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ - ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਵਰਨਣ ਨਾਲ ਅਸਾਂ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਅਰੰਭਿਆ ਸੀ ਉਹ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਨਾਮ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਹੋਇ ਸਨ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਨਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਾਮ ਰੰਗ ਅੰਦਰ ਰੰਗ ਦਿਤਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਸੰਨ 1866 ਵਿਚ ਚੀਮਾ ਰਿਆਸਤ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਚ ਸ੍ਰ. ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਮਾਤਾ ਭੋਲੀ ਦੀ ਕੁਖੋਂ ਹੋਇਆ ਸੀ। 7 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ

ਵਿਚ ਆਪ ਨੂੰ ਭਾਈ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਨਿਰਮਲੇ ਦੇ ਡੇਰੇ ਭਾਈ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਪਾਸ ਪੜ੍ਹਨੇ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਉਪਰੰਤ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਡੰਗਰਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਚੁਗਾਉਂਦੇ ਰਹੇ ! ਕਈ ਵਾਰ ਘਰੋਂ ਗੁੜ ਦੀ ਭੇਲੀ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਡੰਗਰ ਚੁਗਾਉਣ ਆਏ ਹੋਰ ਛੋਕ੍ਰਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡ ਦੇਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਜਵਾਨ ਹੋਏ ਤਾਂ ਸੰਨ 1883 ਵਿਚ ਫੌਜ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਕੋਹਾਟ ਤੋਪਖਾਨੇ ਵਿਚ ਚਲੇ ਗਏ। ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਵਲੋਂ ਵਿਆਹ ਲਈ ਜੋਰ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕਹਿਣ ਲਗੇ ,

'ਸਾਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਹੁਕਮ ਵਿਆਹ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਨਹੀ।'

ਆਪ ਕੋਹਾਟ ਛਾਉਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਸਨ, ਜਦੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਹੋਈ। ਕਈ ਹੋਰ ਸਾਥੀ ਭੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਮਰਯਾਦਾ ਪੂਰਬਕ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੀ ਦਾਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਫਰਵਰੀ ਸਨ 1888 ਵਿਚ ਪਲਟਨ ਦੀ ਬਦਲੀ ਡੇਰਾ ਗਾਜ਼ੀ ਖਾਂ ਹੋ ਗਈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਸੰਤ ਜੀ ਬਤੌਰ ਸਿਪਾਹੀ ਪਲਟਨ ਦੇ ਗਰੰਥੀ ਬਾਬਾ ਜੋਧ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਰਦਲ ਵਿਚ ਸਨ। ਆਪ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੀ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਈ ਕਈ ਘੰਟੇ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਪਰੇਮ ਨਾਲ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਪਉੜੀ ਪਉੜੀ ਸੁਰਤਿ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਲਿਵਲੀਨ ਕਰੀਦਾ ਹੈ ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਧਿਆਨ ਸਦਾ ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਰਖੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਜੋਧ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘੰਟਿਆ ਬਧੀ ਧਿਆਨ ਮਗਣ ਰਹਿਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਤੇ ਪੈਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਸੀ ਸੋ ਆਪ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਗੁਰਮੰਤਰ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ ਬਾਬਾ ਜੀ ਵਾਂਗ ਹੀ ਧਿਆਨ ਮਗਣ ਰਹਿਣਾ ਅਰੰਭ ਦਿਤਾ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਸ਼ਬਦ ਸੁਰਤ ਦੀ ਲਿਵਲੀਨਤਾ ਦੇ ਰਾਹੇ ਪੈ ਗਏ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਸ੍ਰੀ ਅਬਚਲ ਨਗਰ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਦੇਰ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਆਪਨੇ ਡੇਰਾ ਗਾਜ਼ੀ ਖਾਂ ਤੋਂ ਸਿਧਾ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਰਾਹ ਲਿਆ। ਪੈਰੀ ਤੁਰ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ

ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸੋ ਰਾਤ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵੈਰਾਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਰਸਨਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਵਿਚ ਜੁੜੀ ਸੀ।

- ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਗੋਦਾਵਰੀ ਕੰਢੇ ਨਗੀਨਾ ਘਾਟ ਤੇ ਬਣੀ ਇਕ ਕੋਠੜੀ ਅੰਦਰ ਡੇਰਾ ਲਾਲਿਆ ਅਤੇ ਏਥੇ ਇਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਸਤ ਮਹੀਨੇ

"ਊਠਤਿ ਬੈਠਤਿ ਸੋਵਤਿਨਾਮ-ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੈ ਸਦ ਕਾਮ 286

ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਡਟ ਕੇ ਪਹਿਰਾ ਦਿਤਾ।

ਗੋਦਾਵਰੀ ਕੰਢੇ ਨਗੀਨਾ ਘਾਟ ਰਹਿਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਆਸ ਪਾਸ ਬੰਦਾ ਘਾਟ, ਗੌਤਮ ਘਾਟ ਆਦਿ ਥਾਵਾਂ ਦੇ, ਜਿਥੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਈ ਕੌਤਕ ਵਰਤਾਏ ਸਨ, ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹੀਂ ਥਾਈਂ ਵਰਤੇ ਕੌਤਕਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ ਭਉਰਾ ਬਣਾ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਘੰਟਿਆਂ ਬਧੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਯਾਦ ਅਤੇ ਲਗਨ ਅੰਦਰ ਮਸਤ ਰਹਿਣ ਲਗ ਗਏ। ਇਉਂ ਦੋ ਸਾਲ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਰਹਿਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਕ ਵਾਰ ਕੁਝ ਉਪਰਾਮਤਾ ਜੈਸੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਈ ਅਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇਣ ਦਾ ਖਿਆਲ ਆਇਆ ਪਰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਕੁਝ ਅਜੇਹੇ ਸ਼ਬਦ ਕੰਨੀਂ ਪਏ

'ਸਿਖਾ, ਤੂੰ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਪਰਵਾਹ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ'

ਚਿਤ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਚੁਪ ਚੁਪੀਤੇ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੋੜਾ ਪਾਉਣਾ ਮਿਥ ਕੇ ਤੁਰ ਪਏ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮੀ ਵੀ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਰਮਦੇ ਰਮਦੇ ਕਈ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਤੈਹ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਮਧ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਏਥੇ ਸੜਕ ਦੇ ਦੋਹੀ ਪਾਸੀਂ ਘਣਾ ਜੰਗਲ ਸੀ। ਇਸ ਜੰਗਲ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਸਨ ਕਿ ਇਕ ਵੱਡਾ ਭਾਰੀ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ੇਰ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ। ਭਾਈ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਥੋੜਾ ਝਿਜਕਿਆ ਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਅਡੋਲ ਚਲਦੇ ਗਏ। ਸ਼ੇਰ ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਚੇਹਰੇ ਵੱਲ ਤੱਕਿਆ ਅਤੇ ਪੂਛ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਜੰਗਲ ਵਿਚ ਵੜ ਗਿਆ।

ਇਹ ਹਰਦੁਆਰ ਵਿਖੇ ਕੁੰਭ ਦ ਮੇਲੇ ਦਾ ਅਵਸਰ ਸੀ, ਸੋ ਕੁੰਭ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਮੇਲੇ ਪਿਛੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਰਿਖੀਕੇਸ਼ ਚਲੇ ਗਏ ਅਤੇ ਏਥੇ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵਧ ਸਮਾਂ ਰਹੇ। ਦਿਨ ਰਾਤ ਨਾਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਵਿਚ ਲਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਜਦ ਕਦੇ ਨੀਂਦ ਜੋਰ ਪਾਉਂਦੀ ਤਾਂ ਬੈਠੇ ਬੈਠੇ ਹੀ ਥੋੜਾ ਸੌਂ ਲੈਂਦੇ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਵੈਰਾਗਮਈ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਰੋਈ ਜਾਂਦੇ।

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਰਹਿਣ ਸਮੇਂ ਇਕ ਵਾਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਇਕਤਰਤਾ ਵਿਚ ਧਮਾਲੀ ਵਾਲੇ ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਬਣ ਗਿਆ। ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਦਾ ਇਕ ਅਸਥਾਨ ਸਿਆਲ ਕੋਟ ਐਕ ਦੇ ਕੰਢੇ ਤੇ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਚਨ ਬਿਲਾਸ ਕਰਦਿਆਂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਉਥੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਬਣ ਗਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਮਾਤਾ ਭੋਲੀ ਦਾ ਸਨੇਹਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਬਹੁਤ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਭਾਈ ਕਿਸਨ ਸਿੰਘ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲ ਚੁਕਾ ਸੀ ਅਤੇ ਆਪ ਨੇ ਬਚਨ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਮਿਲਾਂਗੇ ਸੋ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੋੜਾ ਪਾਉਣ ਦਾ ਬਣ ਗਿਆ, ਪਰ ਅੰਦਰੋ ਅਵਾਜ ਆਉਂਦੀ ਸੀ ਕਿ ਹੁਣ ਘਰ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਨਾ ਹੁਣ ਤਾਂ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਕਾਰ ਵਿਚ ਹੀ ਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਅਤੇ ਹਰਦੁਆਰ ਰਹਿਣ ਸਮੇਂ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਨਿਤ ਕ੍ਰਿਆ ਸੀ ਪਿਛਲੀ ਰਾਤ ਦੋ ਵਜੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਸਨ ਤੇ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਅੰਦਰ ਟਿਕ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਤਕ ਨਾਮ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ-ਅਜੇਹੇ ਅਠ ਅਠ ਦਸ ਦਸ ਘੰਟੇ ਦੇ ਨਿਰੰਤਰ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਨੇ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਅਜੇਹੀ ਚੇਟਕ ਲਾਈ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਰਸ ਅੰਦਰ ਲੀਨ ਹੋਇਆਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ

ਹਰਿ ਰਸ, ਕਾ ਤੂੰ ਚਾਖਹਿ ਸਾਦਿ-ਚਾਖਤ ਹੋਇ ਰਹਿ ਬਿਸਮਾਦ

ਵਾਲੀ ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਅਠੋਂ ਪਹਰ ਇਹੋ ਰਸ ਲੀਨਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਤੋ ਪੰਜਾਬ ਫੇਰੀ ਦਾ ਫੁਰਨਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਹੀ ਅਰਦਾਸਾ ਸੋਧ ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਸਮੇਤ ਪਹਾੜ ਦੀ ਕੰਧੀ ਤੁਰ ਪਏ ਅਤੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਸ੍ਰੀ ਦਸਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਯਾਦ ਗੀਰੀ ਅਸਥਾਣ ਪਾਉਂਟਾ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਨਾਹਨ ਆਦ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਿਆਲ ਕੋਟ ਬਾਬੇ ਦੀ ਬੇਰ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਤੇ ਏਥੋਂ

ਦੀ ਧੂੜ ਮਸਤਕ ਲਾਈ ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ ੨ ਕੁਝ ਦਿਨ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਾਬਾ ਅਟੱਲ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਤੀਜੀ ਛਤੇ ਜਾ ਆਸਨ ਜਮਾਇਆ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ, ਬਿਨਾਂ ਕੁੱਝ ਖਾਦੇ ਪੀਤੇ, ਕੀਤੀ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਨੇ ਜੋ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਦੇਖਦਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪ੍ਰਸਾਦ ਤੇ ਖੀਰ ਆਦਿ ਲਿਆ ਕੇ ਛਕਾਈ । ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਤੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮਾਤਾ ਭੰਲੀ ਦੇ ਵਾਰ-੨ ਕਹਿ ਭੇਜਣ ਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਉਥੇ ਆਕੇ ਦਰਸ਼ਣ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਣ ਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਚੀਮੇ ਚਲੇ ਗਏ ਪਰ ਡੇਰਾ ਬਾਹਰ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਰਖਿਆ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਉਥੇ ਆ ਕੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਿਆ । ਮਾਤਾ ਨੇ ਘਰ ਜਾਣ ਹਿਤ ਬਹੁਤ ਕਿਹਾ ਪਰ ਸਤ ਸਾਲ ਬੀਤ ਗਏ ਹੋਣ ਪਿਛੋਂ ਭੀ ਘਰ ਦਾ ਮੋਹ ਨਹੀਂ ਜਾਗਿਆ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਖੇਤ ਵਿਚ ਆਕੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਿਆ । ਉਥੇ ਸੰਘਣੀ ਛਾਂਉ ਵਾਲਾ ਹੀਂਸ ਦਾ ਰੁਖ ਸੀ । ਉਥੇ ਡੇਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਮਾਤਾ ਜੀ ਉਥੇ ਹੀ ਦੋ ਵਕਤ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦਾ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਲਿਆਉਂਦੇ ਅਤੇ ਛਕਾਂ ਜਾਂਦੇ । ਘਰ ਜਾਣਾ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਣ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਵਾਹ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨ ਕਹਿਣਗੇ । ਮਾਤਾ ਨੇ ਇਹ ਗੱਲ ਮੰਨ ਲਈ, ਪਰ ਪਿਆਰ ਵਸ ਹੋਏ ਇਕ ਦਿਨ ਮਾਤਾ ਨੇ ਸੰਤਾ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹਿਹੀ ਦਿਤੀ । ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਹਸਦੇ-2 ਕਹਿ ਦਿਤਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਬਚਨ ਭੁਲ ਗਏ ਹ ਮਾਤਾ ਨੇ ਭੁੱਲ ਮੰਨੀ ਅਤੇ ਅਗੋਂ ਲਈ ਮੁੜ ਕਦੀ ਵੀ ਵਿਆਹ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ.

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਛੇ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਫੌਜੀ ਸਰਵਿਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਲਟਨ ਕੋਹਾਟ ਸੀ ਮਰਯਾਦਾ ਪੂਰਵਕ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆ ਪਾਸੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪਾਨ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਡੇਰਾ ਗਾਜ਼ੀ ਖਾਨ ਪਲਟਨ ਦੀ ਬਦਲੀ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਚੁਪ ਕੀਤੇ ਹੀ ਸ੍ਰੀ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਜਾਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਹੀ ਬਿਨਾਂ ਨੌਕਰੀਛਡਣ ਜਾਂ ਛੁਟੀ ਲੈਣ ਦੇ ਉਧਰ ਚਲ ਗਏ ਸਨ ।

ਹੁਣ ਜਦ ਪੰਜਾਬ ਆਏ ਤਾਂ ਫੁਰਨਾ ਹੋਇਆ ਕਿ ਫੌਜੀ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਸਦਾ

ਲਈ ਅਡ ਹੋ ਕੇ ਨਿਰਾਧਾਰ ਨਿਸਰਿਤ ਹੋ ਕੇ ਸਤਿਗੁਰ ਸਚੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦੀ ਚਾਕਰੀ ਕਰੀਏ। ਇਸ ਲਈ ਫੌਜ ਵਿਚੋਂ ਨਾਮ ਕਟਵਾਉਣ ਦੀ ਮਣਸ਼ਾ ਧਾਰਕੇ ਆਪਣੀ ਪਲਟਨ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਰਕਾਰੀ ਵਰਦੀ ਜੋ ਹੁਣ ਤਕ ਸੰਭਾਲੀ ਰਖੀ ਸੀ ਸੂਬੇਦਾਰ ਦਲੇਲ ਸਿੰਘ ਪਾਸ ਹਾਜ਼ਰ ਜਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਕਟਾਉਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ।

ਉਪ੍ਰੰਤ ਜਦੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਆਪਨੇ ਕਰਨੈਲ ਪਾਸ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਏ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ "ਵੈਲ ਅਤਰ ਸਿੰਘ, ਹਮ ਨੇ ਦੇਖ ਲੀਆ ਹੈ ਕਿ ਟੁਮ ਖੁਦਾ ਕਾ ਪਕਾ ਨੌਕਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਆਜ ਸੇ ਤੁਮ ਕੋ ਪਲਟਨ ਸੇ ਛੁਟੀ ਦੀ ਜਾਤੀ ਹੈ—ਟੁਮ ਜਾਉ ਔਰ ਆਪਨੇ ਖੁਦਾ ਕਾ ਕਾਮ ਕਰੋ ਹਮ ਤੁਮ ਪਰ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੈ. ਯਿਹ ਤੁਮਾਰਾ ਚਾਂਡਮਾਰੀ ਮੇ ਬ੍ਰਿਗੇਡ ਮੇਂ ਸੇ ਅਵਲ ਰਹਿਣੇ ਕਾ ਇਨਾਮ ਹੈ—ਯਿਹ ਬਹੁਤ ਸਾਲ ਸੇ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਪੜਾ ਥਾਂ ਅਤੇ ਇਉਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਇ ਇਕ ਸੌ ਰੁਪੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਫੜਾਇ ਅਤੇ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਵਿਦਾ ਕੀਤਾ।

ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਇਹ ਸੌ ਰੁਪੈ ਗਰੀਬ ਗੁਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਵੰਡ ਦਿਤੇ ਅਤੇ ਪਲਟਨ ਤੋਂ ਪਕੀ ਛੁਟੀ ਲੈ ਲੀਤੀ।

ਹੁਣ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਲਟਨ ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਐਬਟਾਬਾਦ ਸੀ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਵਿਦੈਗੀ ਦੀ ਇਛਿਆ ਪ੍ਰਗਟਾਈ। ਇਹ ਲੰਗਰ ਛਕਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਲੰਗਰ ਤਿਆਰ ਹੈ ਛਕ ਕੇ ਜਾਉ। ਆਪ ਨੇ ਸਤ ਬਚਨ 'ਕਹਿ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਵਡੇ ਸਾਰੇ ਅਫਸਰ ਤੇ ਸਿਪਾਹੀ ਲੰਗਰ ਵੱਲ ਚਲੇ ਗਏ। ਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਜਣ (ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਸਿਪਾਹੀ ਹੈ) ਇਕੋ ਪੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਛਕਣ ਇਹ ਗੱਲ ਮੰਨ ਲਈ ਗਈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਇਕ ਪੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਗਏ ਅਤੇ ਸਭ ਨੇ ਇਕੋ ਥਾਂ ਮਿਲ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਛਕਿਆ ਅਤੇ ਇਉਂ ਗੁਰ ਸਿਖਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀ ਮਰਯਾਦਾ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਾਈ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਲੰਗਰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਸਾਰੀ ਪੰਗਤ ਨੂੰ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜੋਟੀਆਂ ਵਿਚ ਗਾਇਨ ਕਰਾਇਆ :-

ਨਦੀਆਂ ਵਾਹ ਵਿਛੁੰਨਿਆਂ ਮੇਲਾ ਸੰਜੋਗੀ ਰਾਮ
ਜੁਗ ਜੁਗ ਮੀਠਾ ਵਿਸੁ ਭਰੇ ਕੋ ਜਾਣੇ ਜੋਗੀ ਰਾਮ
ਕੋਈ ਸਹਿਜ ਜਾਣੈ ਹਰਿ ਪਛਾਣੈ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜਿਨਿ ਚੇਤਿਆ
ਬਿਨੁ ਨਾਮ ਹਰਿ ਕੇ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਪਚਹਿ ਮੁਗਧ ਅਚੇਤਿਆ
ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਭਗਤਿ ਨ ਰਿਦੈ ਸਾਚਾ ਸੇ ਅੰਤਿ ਧਾਹੀ ਰੁੰਨਿਆ
ਸਚੁ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਬਦਿ ਸਾਚੈ ਮੇਲਿ ਚਿਰੀ ਵਿਛੁੰਨਿਆਂ 439

ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਈਆਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਦ੍ਰਵ ਗਏ ਅਤੇ ਅਖਾਂ ਸਜਲ ਹੋ ਗਈਆਂ । ਲੰਗਰ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਤੇ ਕਈ ਸਨੇਹੀ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਘੁਟ ਘੁਟ ਜਫੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਮਿਲੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਗਹਿਰਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ।

ਪ੍ਰੰਤ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਥੇ ਦੀ ਚਰਣ ਧੂੜ, ਮਸਤਕ ਲਾਉਣ ਦਾ ਸੀ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਢੇਰੀ ਭਾਈ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੁਤਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪ੍ਰੇਮ ਵਸ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਉਥੇ ਅਟਕਨਾ ਪਿਆ ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਇਕ ਨਵੇਕਲਾ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਕਮਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਥਾਨ ਸੀ ਜਿਥੇ ਸੰਤ ਜੀ ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਜੁੜੇ ਰਹਿੰਦੇ

ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘਾਂ ਦੇ ਘਰਵਾਲੀ ਮਾਈ ਰਾਧਾ ਦਾ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਨਾਲ ਮਾਤਾ ਪੁਤਰ ਵਾਲਾ ਪਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਉਥੇ ਨੌਂ ਮਹੀਨੇ ਨਾਮ ਦਾ ਪਰਵਾਹ ਚਲਾਇਆ ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਬਿਸਰਾਮ ਅਸਥਾਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਸੀ ਜਿਥੇ ਓਹ ਦਿਨ ਰਾਤ ਨਾਮ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ।

ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ । ਲਗਾਤਾਰ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਇਉਂ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਕਾਰਨ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਰ ਭੀ ਦੁਖਣ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਚੇਹਰਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮ ਰੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ

ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਨੂੰ ਇ1 ਦਾ ਭੇਦ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਸੋ ਜਦੋਂ ਓਹ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ ਹਾਲਤ ਅੰਦਰ ਵੇਖਦੀ ਤਾਂ ਪੁਤਰ ਵਾਂਗ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਬਾਹੋਂ ਫੜ ਉਠਾਂ ਲੈਂਦੀ ਅਤੇ ਖੜੇ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੇਸੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਾ ਤਾਲੂ ਤੇ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਮਖਣ ਆਦ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ।

ਕਈ ਵਾਰ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜ ਬੈਠਿਆਂ ਉਪਰੋਂ ਭੂਰੀ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਉਠ ਕੇ ਸੰਤਾਂ ਉਪਰ ਭੂਰੀ ਭੀ ਦੇਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ । ਕਿਉਂਕਿ ਅਜੇਹੀ ਹਾਲਤ ਆਮ ਹੀ ਵਾਪਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ । ਇਸ ਲਈ ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਨੇ ਖਦਰ ਦਾ ਇਕ ਵਡਾ ਚੋਲਾ ਜੋ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢਕ ਲੈਂਦਾ ਸੀ ਸੀਉਂ ਕੇ ਸੰਤ ਦੇ ਗਲ ਪਾ ਦਿਤਾ ਜੋ ਕੇਵਲ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਹੀ ਲਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ।

ਇਕ ਵਾਰ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਕਿ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਵੇਰ ਸ਼ਾਮ ਦਾ ਖਾਣਾ ਪ੍ਰਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਜੀਆਂ ਵਾਂਗ ਅਤਿ ਸਾਧਾਰਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਥਕਾਵਟ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ਮਾਤਾ ਰਾਧਾਂ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਮਖਣ ਥਾਲ ਵਿਚ ਰਖ ਦਿਤਾ । ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਮਖਣ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹੋਇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਰੁਖੀ ਸੁਖੀ ਖਾਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ :

'ਰੁਖੀ ਸੁਖੀ ਖਾਇ ਕੈ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਪੀਉ'

ਅਸਾਂ ਮਖਣ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਨ ਕੋਈ ਉਚੇਚ ਹੀ ਕਰਨਾ ਕਰਾਉਣਾ ਹੈ ਘਰ ਵਿਚ ਸਵੇਰ ਸਾਮ ਜੋ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਪਕਦਾ ਹੈ ਉਹੋ ਹੀ ਖਾਣਾ ਹੈ । ਏਥੇ ਰਹਿੰਦਿਆ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਗੁਰਮੁਖਾ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪੁਤਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ ਪਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ । ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਨੇਤ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦਿਨੋ ਦਿਨ ਤਕਲੀਫ ਵਧਦੀ ਗਈ । ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪਾਸ ਬੈਠ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸਮੂਚੀ ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕੀਤਾ । ਅਖੀਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦਾ ਸਿਰ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ਵਿਚ ਰਖਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ 'ਭਾਈ ਬੋਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ । ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਖਿਆ ਅਤੇ ਸਦਾ ਲਈ ਹਰਿ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਅਭੇਦ ਹੋਗਿਆ ।

ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਵਿਛੋੜ ਜਾਣ ਦਾ ਦੁਖ ਤਾਂ ਜਰੂਰ ਹੋਇਆ ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ

'ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ

ਦਾ ਸਬਕ ਪਕਾ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਫਿਰ ਡੋਲਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਿਸਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ

'ਜੋ ਕਿਛੁ ਅਹੈ ਸਭ ਤੇਰੀ ਰਜਾਇ

ਜਿਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹੋ ਹੈ ਕਿ ਉਹੋ ਗੱਲ ਵਰਤਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦੀ (ਚੰਗੀ ਲਗਦੀ ਹੈ।) ਜੇ ਸਾਡਾ ਨਿਸਚਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਪਰਪਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਹਰਵਾਪਰੀ ਗੱਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਜੋ ਇਕ ਅੱਟਲ ਸਚਾਈ ਹੈ) ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਦਾ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਦੁਖ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਅਥਵਾ ਉਸ ਦੇ ਕੀਤੇ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਤਾਂ ਓਹ ਸਾਡੇ ਪਰ ਖੁਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵਗਾ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਕਿਵੇਂ ਲਗ ਸਕਾਂਗੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਾਤਰ ਕਿਵੇ ਬਣਾਂਗੇ) ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਉਸ ਦੇ ਵਰਤਾਏ ਹਰ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਖੁਸੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਚੇ ਦਿਲੋਂ ਇਹ ਪਕਾ ਲਈਏ ਕਿ

'ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਮੀਠਾ ਲਾਗੈ

ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤਾਂ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਬਣੀ ਹੋਈ ਸੀ ਸੋ ਇਕ ਰਾਤ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦਸੇ ਸੰਤ ਜੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਦੇ ਪਿਛਵਾੜੇ ਖੁਲਦ ਛੋਟੇ ਦਰਵਾਜੇ ਦੇ ਬਹਾਰ ਨਿਕਲ ਗਏ। ਦਿਨ ਚੜੇ ਦੂਰ ਦੁਰਾਡੇ ਭਾਲ ਕਰਨ ਤੇ ਵੀ ਜਦ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਘਰ ਵਾਲਿਆ ਨੂੰ ਨਿਸਚਾ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿ ਓਹ ਚੁਪਾਤੇ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਚਲੇ ਗਏ ਹੋਣਗੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਆਪਣੀ ਮੌਜੇ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚ ਚੁਕੇ ਸੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਦਾ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਰਹੇ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਸੰਤ ਜੀ ਵਲੀ ਕੰਧਾਰੀ ਵਾਲੀ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਜਾਂ ਚੜ੍ਹੇ। ਚੜ੍ਹਦੇ-ਚੜ੍ਹਦੇ ਕਦਮ ਕਦਮ ਤੇ

'ਧੰਨ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ- ਧੰਨ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ

ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਮੂੰਹੋ ਨਿਕਲਦਾ ਕਿ ਇੰਨਾਂ ਤਿਹਾਇਆ ਹੁੰਦਿਆਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨਦੇ ਹੋਇ, ਕਿਵੇਂ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਚੜ੍ਹੇ ਤੇ ਉਤਰੇ ਅਤੇ ਹੰਕਾਰੀ ਵਲੀ ਕੰਧਾਰੀ ਦੇ ਬੋਲ ਕੁਬੋਲ ਸਹੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਡਰਾਮੇ ਦੀ ਝਾਕੀ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਚੜ੍ਹਦਾਂ ਤੇ ਉਤਰਦਾ ਦਿਸਿਆ ਅਤੇ ਅਖੀਰ ਉਸ ਪੰਜੇ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਪਈ ਜਿਸ ਨੇ ਪਥਰੀਲੇ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਜੋ ਉਪਰ ਤੋਂ ਰਿੜਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ ਮੋਮ ਸਮਾਨ ਕਰ ਦਿਤਾ ਜਿਸ ਉਤੇ ਲਗੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀਆਂ ਹੱਥ ਦੀਆਂ ਪੰਜ ਉਂਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਕਈ ਸਦੀਆਂ ਬੀਤ ਜਾਣ ਪਿਛੋਂ ਅਜ ਵੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦੀ ਸਾਖ ਭਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਤਕ ਭਰਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀ ਇਸ ਵਡਿਆਈ ਨੇ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਐਸੇ ਰੰਗ ਅੰਦਰ ਰੰਗ ਦਿਤਾ ਕਿ ਉਹ ਲੰਬਾ ਕਾਲ ਉਸ ਦੇ ਸਰੂਰ ਅੰਦਰ ਮਸਤਾਏ ਰਹੇ :

'ਭਇਆ ਦੀਵਾਨਾ ਸਾਹੁ ਕਾ ਨਾਨਕ ਬਉਰਾਨਾ'

ਅਤੇ ਸੰਤ ਜੀ 'ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ, ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ' ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਗਏ ਜੋ ਰੰਗ ਤਦੋਂ ਤੋਂ ਹੀ ਦਿਨ ਰਾਤ ਚੜ੍ਹੇ ਸਵਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਣ ਨੇ ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਜੋ ਪੁਤਰ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਚੜਾਈ ਕਰ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਵਡੇ ਸ਼ੋਕ ਵਿਚ ਸੀ, ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨਿਰਾਸ ਕੀਤਾ। ਅਗਲੇ ਦੋ ਦਿਨ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਪ੍ਰਵਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਵਾਂਢ ਗੁਆਂਢ ਸੰਤ ਜੀ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਕਈ ਥਾਈਂ ਘੁੰਮੇ ਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਦੀ ਕੋਈ ਥਾਹ ਨਾ ਪ ਸਕੇ।

ਉਧਰ ਸੰਤ ਜੀ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਉਪਰੰਤ ਪਹਾੜ ਦੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਅੰਦਰ ਘੁੰਮਦੇ ਘੁਮਾਦੇ ਮਾਨਸੇਹਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਦੁਮੇਲ ਪਹੁੰਚ ਗਏ।

ਇਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਦੀ ਕਿਸ਼ਨ ਗੰਗਾ ਅਤੇ ਦਰਿਆ ਜੇਹਲਮ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਹੈ। ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ਨ ਗੰਗਾ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਆਸਨ ਜਮਾ ਕੇ ਬੈਠ ਗਏ। ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਏਥੇ ਹੀ ਇਕ ਕੁਟੀਆ ਪਾ ਦਿਤੀ ਜਿਥੇ ਸੰਤ ਜੀ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਟਿਕ ਕੇ ਇਸ ਪੂਰਨ ਇਕੱਲੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਰਹੇ।

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗੇ ਸੰਤ ਜੀ ਖਿੰਡ ਥਮਾਲੀ ਸੰਤ ਭਾਈ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਡੇਰੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਏਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕ ਸਤਸੰਗੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਥਾਂ ਦੁਲੇਰਨ ਕਲਰ ਦੀ ਸੜਕ ਤੇ ਚਾਰ ਕੁ ਮੀਲ ਤੇ ਹੈ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਨੋਹੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸੁਝਾਉ ਦਿਤਾ—ਦੋਹਾਂ ਗਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਖੁਲ੍ਹੀ ਨੀਵੀਂ ਥਾਂ ਤੇ ਦਰਖਤਾਂ ਦੀ ਵਡੀ ਝੁਗੀ ਹੈ ਅਤੇ ਥਾਉਂ ਵਡਾ ਇਕਾਂਤ ਹੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਹ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਪਸੰਦ ਆਇਆ ਅਤੇ ਏਥੇ ਡੇਰਾ ਲਾ ਦਿਤਾ—ਆਪ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਤਾਂ ਇਕਲ ਥਾਓਂ ਭਾਲਣ ਦਾ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਇਹ ਅਨੁਕੂਲ ਸੀ ਸੋ ਇਥੇ ਹੀ ਬੈਠ ਗਏ। ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹੇ ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਮਕਈ ਦੇ ਮੋਟੇ ਮੋਟੇ ਪਰਾਉਂਠੇ ਅਤੇ ਸਰੋਂ ਦਾ ਸਾਗ ਲੈ ਕੇ ਮਾਈ ਲਿਆਈ ਤੇ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਇਹ ਬੜੇ ਅਨੰਦ ਨਾਲ ਛਕਿਆ।

ਇਸ ਤਰਾਂ ਤਿੰਨ ਤਿੰਨ ਚਾਰ ਚਾਰ ਦਿਨ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਗੁਜ਼ਾਰਨੇ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਵਡੀ ਅਲੋਕਕ ਗੱਲ ਭਾਸਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਖਾਧੇ ਪੀਤੇ ਨਿਰੋਆ ਰਹਿਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਉਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੀ ਮੰਨਣ ਯੋਗ ਹੈ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਮੂਚਾ ਨਿਰਭਰ ਉਸਦੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਗੱਲ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਖਾਤੇ ਪੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਸਿਥਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਨ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਪਰ ਮਨੁਖ ਨਿਰਾ ਸਰੀਰ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਮਨੁਖ ਦੀ ਆਤਮਾ ਜਾਂ ਰੂਹ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁਖ ਜੀਊਂਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁਖ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁਖ ਮਾਤਰ ਤਥਾ ਹੋਰ ਹਰ ਜਾਨਦਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਕਾਰਣ ਉਸ ਦਾ ਉਹ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਤਥਾ ਰੂਹ ਹੈ। ਬਾਵਜੂਦ ਇਸ

ਨਿਰਰੋਜਨਕ ਗੱਲ ਦੇ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਸਤੂ ਜਿਸ ਨੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਧਿਆਨ ਭੀ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਸਰੀਰ ਮਨੁਖ ਤਥਾ ਹਰ ਜੀਵ ਦਾ ਸਥੂਲ ਭਾਗ ਹੈ। ਪਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਤੇ ਜੀਉਂਦਾ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਐਸੀ ਸਤਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਤਮਾ ਜਾਂ ਰੂਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਦੇ ਬਗੈਰ ਸਰੀਰ ਮੁਰਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਬੋਲ ਚਾਲ ਅੰਦਰ ਇਸ ਨੂੰ ਹੀ ਜਿੰਦ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹਰ ਮਨੁਖ ਤਥਾ ਜੀਵ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਅਸਲ ਆਧਾਰ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਜੀਉਂਦੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹ ਸਤਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਰੂਹ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਭਾਵ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਬਿਨਸ ਜਾਣ ਅਥਵਾ ਸਰੀਰ ਦਾ ਮਿਟੀ ਜਾਂ ਸੁਆਹ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਤ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੀ ਸੱਤਿਆ ਜਾਂ ਰੂਹ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਰੂਹ ਅਮਰ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਰੂਹ ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਮਨੁਖ ਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੀਵ-ਪਸ਼ੂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਸਦਾ ਜੀਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਰੂਹ ਉਸ ਦੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਰਬ ਆਤਮ ਜਾਂ ਪਰਮ ਆਤਮ' ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾਂ ਹੈ ਕਿ ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਕੇਵਲ ਹਰ ਜੀਉਂਦੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਮਦਾ ਆਤਮਾ ਹੈ ਜੋ 'ਪਰਮ ਆਤਮ' ਜਾਂ 'ਸਰਬ ਆਤਮ' ਦਾ ਅੰਸ਼ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਕਦੀ ਮਰਦਾ ਤਥਾ ਨਾਸ ਜਾਂ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਸੋ ਅਸਲ ਸਾਂਭਣ ਤੇ ਸੰਭਾਲਨ ਯੋਗ ਤਾਂ ਆਤਮਾ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਨਨ੍ਹੀ ਜੇਹੀ ਅੰਸ਼ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਸੰਭਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਮਦੀ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਅੰਸ਼ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਬੇ ਧਿਆਨੀ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਸਥੂਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਤੇ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅੰਨ ਪਾਣੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਮਦੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਤੇ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਆਤਮਾ ਸੂਖਮ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ

ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਗਾਂ ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਹ ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਤੇ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ।

ਇਹ ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਨਾਮ ਦੀ ਹੈ ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

'ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀ' ਜੀਵਿਆਂ ਜਾਇ   ਅਤੇ

'ਆਖਾਂ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ'

ਬਲਕਿ ਨਾਮ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਕਿਹਾ ਹੈ :

'ਤਿਸੁ ਸਦ ਬਸੰਤ ਜਿਸ ਹਿਰਦੈ ਨਾਮੁ'

ਪਰ ਇਉਂ ਭੀ ਕਿਹਾ ਹੈ :

'ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ'

ਸਾਧਾਰਨ ਸੋਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਫੁਰਮਾਨਾ

''ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਜੀਵਿਆ ਜਾਇ''   ਅਤੇ

'ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ'

ਦੇ ਅੰਤਰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਭੁਲੇਖਾ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਪਰੰਤੂ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਲੋੜ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਸੂਖਮ ਆਤਮਾ ਦੀ ਸੁਅਸਥਤਾ ਵਾਸਤੇ ਸੂਖਮ ਨਾਮ ਹੈ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅਰਗ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਖੁਰਾਕ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਭੀ ਨਰੋਈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਕਰਨ ਅਥਵਾ ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਬਲਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਭੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਖਾਧੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣ ਦੀ ਹੈ—ਉਸ ਖੁਰਾਕ ਨੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਗ ਬਣ ਕੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਜੀਉਂਦਾ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋਣਾ ਅਥਵਾ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਠੀਕ ਰਚਮਿਚ (assimilate) ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸੂਖਮ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਖੁਰਾਕ ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਕਿਹਾ ਹੈ ਜੇ ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਅੰਦਰ assimilate ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਸਾਡੀ ਦਸ਼ਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਵਾਲੀ

ਹੈ ਜਿਨਾ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਹੈ :

ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨਾ ਹੋਇ'

ਇਸ ਖਿਆਲ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਇਸੇ ਸ਼ਬਦ ਅੰਦਰ ਫੁਰਮਾਇਆ ਹੈ ।

ਅੰਤਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਜਿਸੁ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰੀਤਤਿ
'ਹਰਿ ਹਰਿ ਤਿਸੁ ਕਦੇ ਨ ਵੀਸਰੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਰਹਿ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚੀਤਿ'

ਅਥਵਾ ਹਰਿ ਨਾਮ ਉਸ ਮਨੁਖ ਦੀ ਰਸਨਾ ਉਪਰ ਤਦੋਂ ਹੀ ਟਿਕਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਭੁਲਦਾ ਜਿਸ ਦਾ ਉਸ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪੈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਭੀ ਐਸਾ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਭੁਲੇ ਹੀ ਨਾ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਸ ਪਿਆਰ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕੁਝ ਜੀਵਾਂ ਨਾਲ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਤਿਅਕਤ ਜਲੰ ਨਹ ਜੀਵ ਮੀਨੰ, ਨਹ ਤਿਆਗਿ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਮੇਘ ਮੰਡਲਹ
ਬਾਨ ਬੇਧੰਚ ਕੁਰੰਕ ਨਾਦੰ ਅਲਿ ਬੰਧਨ ਕੁਸਮ ਬਾਸਨਹ'

ਅਰਥਾਤ ਮੱਛੀ ਜਲ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੀਊਂਦੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਨ ਚਾਤ੍ਰਿਕ (ਪਪੀਹਾ) ਬਦਲਾਂ ਬਿਨਾਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਹਿਰਣ ਅੰਡੇ ਹੇੜੇ ਦੀ ਸਰੋਦ ਅਤੇ ਭਉਰਾ ਫੁਲ ਦੀ ਵਾਸ਼ਨਾ ਰੂਪੀ ਬਾਣ ਨਾਲ ਵਿੰਨਿਆਜਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਆਪ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰੋਂ ਵਾਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ।

ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਜੈਤਸਰੀ ਦੀ ਵਾਰ ਅੰਦਰ ਇਕ ਪਉੜੀ ਇਉਂ ਦਰਜ ਹੈ :
'ਜਿਉ ਮਛੁਲੀ ਬਿਨੁ ਪਾਣੀਐ ਕਿਉਂ ਜੀਵਣੁ ਪਾਵੈ
ਬੂੰਦ ਵਿਹੂਣਾ ਚਾਤ੍ਰਿਕੋ ਕਿਉ ਕਰਿ ਤ੍ਰਿਪਤਾਵੈ
ਨਾਦ ਕੁਰੰਕਹਿ ਬੇਧਿਆ ਸਨਮੁਖ ਉਠਿ ਧਾਵੈ
ਭਵਰੁ ਲੋਭੀ ਕੁਸਮ ਬਾਸੁ ਕਾ ਮਿਲਿ ਆਪੁ ਬੰਧਾਵੈ

ਤਿਓ ਸੰਤ ਜਨਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਹੈ ਦੇਖ ਦਰਸ ਆਘਾਵੈ (ਵਾਰ ਜੈਤਸਰੀ ਮਹਲਾ 5)
ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਦੀ ਇਸ ਪਉੜੀ ਅੰਦਰ ਕੁਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ

ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੈਸੀ ਮੱਛੀ ਦੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਹੈ ਮਛਲੀ ਪਾਣੀ ਬਗੈਰ ਇਕ ਘੜੀ ਜੀਊਂਦੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ, ਇਉਂ ਹੀ ਪਪੀਹੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਸ੍ਵਾਂਤ ਬੂੰਦ ਪਏ ਬਿਨਾ ਲੱਖਾਂ ਪਾਣੀਆਂ ਦੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਰਜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹਿਰਣ ਘੰਡੇ ਹੇੜੇ ਦਾ ਰਾਗ ਅਲਾਪ ਸੁਣ ਉਧਰ ਨੂੰ ਹੀ ਦੌੜਦਾ ਹੈ। ਜਿਧਰੋਂ ਇਹ ਅਲਾਪ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਉਰਾ ਫੁੱਲ ਦੀ ਸੁਗੰਧੀ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਇਹ ਭੁਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਫੁੱਲ ਦੇ ਮਿਟ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਅਜੇਹੀਆਂ ਅਨੇਕ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਸੱਜਣ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਤਰਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਤਥਾ ਹੋਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਖਾਹਸਾਂ ਵਲੋਂ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਵੇਖਨ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਅਜੇਹਾ ਹੋਣਾ ਕਠਨ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਰਸ ਦਾ ਸੁਆਦ ਕੀਲ ਲੈਂਦਾ ਅਥਵਾ ਜੋ ਅਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਏਨਾ ਸੋਧ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰਤੀ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਪਹਿਨਣ ਤੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਭੋਗ ਭੁਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਉਨਾਂ ਨੂੰ ਹੀ

'ਇਹ ਰਸ ਛੋਡੇ ਉਹ ਰਸ ਆਵਾ'

ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਨਿਸ਼ਚੈ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਉਹ ਮੁੜ ਦੁਨੀਆਵੀ ਰਸਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਝਾਕਦੇ। ਵੈਸੇ 'ਇਹ ਰਸ ਛੋਡੇ ਉਹ ਰਸ ਆਵਾ' ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਕਠਨ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੀ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

'ਭਗਤਾਂ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ'

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਹ ਕੇਰੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਨਾ
ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਬਹੁਤੁ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ
ਖੰਨਿਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ'

ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਜੀ ਵੀ ਜਦੋਂ ਇਸ ਰਾਹੇ ਪਏ ਤਾਂ ਉਨਾਂ ਭੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਸੀ :

ਵਾਟ ਹਮਾਰੀ ਖਰੀ ਉਡੀਣੀ
ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਬਹੁਤੁ ਪਿਈਣੀ-ਉਸ ਊਪਹਿ ਹੈ ਮਾਰਗੁ ਮਹਾ।

ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਭੀ ਜਦੋਂ ਨਿਸਚਾ ਧਾਰ ਲਿਆ :

'ਏਤਿ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ'

ਤਾਂ ਆਪ ਨੇ ਭੀ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਕਠਨ ਤਪ ਸਾਧੇ । ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਆਪ ਨੂੰ ਅਜੇਹੇ ਸਾਧਨ ਸਾਧਣ ਦੀ ਚੇਟਕ ਲੱਗੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਇਕੱਲ ਭਾਲਣ ਦੀ ਕੀਤੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗਮ ਤੇ ਜੰਗਲ ਸਮਾਨ ਰੁਖਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਓਹਲੇ ਵਾਲਾ ਥਾਂ ਮਿਲ ਗਿਆ । ਜਿਥੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੀ ਜਿਥੇ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਤਿੰਨ ਤਪ ਸਾਧੇ ਲਿਖੇ ਹਨ । ਇਹ ਅਰੰਭ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਘਟਾਉਣ ਤੇ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਅਥਵਾ ਦਿਨ-ਬ-ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਨਿਤ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਥੋੜ੍ਹੀ ਕਰਦੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣਾ ਅਰੰਭਿਆ ।

ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਪਹਿਲਾ ਸਵਾਲ ਨਿਜੀ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਸੰਕੁਚਨ ਦਾ ਸੀ । ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲਗਿਆ ਸਭ ਤੋਂ ਵਡਾ ਦੁਖ ਭੁਖ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨੁਖ ਨੂੰ ਕਿਤਨਾ ਕੁਛ ਹੋਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਸੋ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕੁਚਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਤਾ । ਜਿਤਨੀ ਖੁਰਾਕ ਰੋਜ਼ ਖਾਂਦੇ ਸਨ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿਨੋਂ ਦਿਨ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸਰੀਰ ਸਹਿੰਦਾ ਗਿਆ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਅੱਠ ਪਹਿਰਾਂ ਅੰਦਰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਵਾਰ ਖਾਣ ਦੀ ਵਾਦੀ ਪਾ ਲਈ ਬਲਕਿ ਕਈ ਹੋਰ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਘਟਾਉਂਦੇ ਕੇਵਲ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਬੁਰਕੀਆ ਤੇ ਲੈ ਆਂਦਾ ਅਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਦੇ ਅੱਠ ਪਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਇਕ ਬੁਰਕੀ ਹੀ ਖਾਂਦੇ । ਫਿਰ ਇਹ ਭੀ ਛਡ ਕੇ ਸਵੇਰ ਸਮੇਂ ਇਕ ਪਾਈਆ ਦੁਧ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਇਤਨੀ ਹੀ ਸਰਦਾਈ ਪੀਣੀ ਅਰੰਭ ਕਰ ਦਿਤੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੁਝ ਖਾਣ ਵਲੋਂ ਪੂਰਾ ਸੰਕੋਚ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ।

ਸਾਧਾਰਨ ਸੂਝ ਵਾਲੇ ਮਨੁਖ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਆਧਾਰ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਖਾਧੀ ਖੁਰਾਕ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝ

ਸਕਦੇ ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਨਿਰਭਰ ਆਤਮ ਖੁਰਾਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤੇ ਓਹ ਸਰੀਰਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਘਾਟ ਬਹੁਤੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੋਰ ਥਾਓਂ ਟਿਕ ਚੁਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਤ ਜੀ ਜਿਨ੍ਹਾ ਨੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕੁਚਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਮਨ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਖਾਧੀ ਜਾਂਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵੀ ਨਾਮ ਮਾਤਰ ਅਥਵਾ ਇਕ ਪਾਈਆ ਦੁਧ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਸਰਦਾਈ ਤੇ ਸੀਮਤ ਕਰ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਭੀ ਘੱਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਏਧਰੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕੇ ਅੱਠੋ ਪਹਿਰ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਗਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਤੇ ਬੈਠੇ ਬਿਠਾਏ ਹੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੌਂ ਭੀ ਲੈਂਦੇ।।

ਪਰ ਅਜੇਹੇ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਭੀ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਨਾਮ ਲਿਵ ਲੀਨਤਾ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਓਹ ਜਾਗਦੇ ਸੁਤੇ ਨਾਮ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਧਾਰਨ ਸੂਝ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਗੱਲ ਲਗਨ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਉਠਦੇ ਬੈਠਦੇ ਸੌਂਦੇ ਜਾਗਦੇ ਉਸੇ ਦੇ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ—ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ:

'ਮੈਂ ਦੇਵਾਨਾ ਭਇਆ ਅਤੀਤ,

ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਚਾਵਾਂ ਮਲ੍ਹਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਬੇਲਾਗ ਅਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕੀ ਭਾਵੇਂ ਸ਼ੌਦਾਈ ਸਮਝਣ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹੋਰ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ:

'ਭਇਆ ਦੇਵਾਨਾ ਸਾਹ ਕਾ ਨਾਨਕ ਬਉਰਾਨਾ'

ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਲਗਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਲ ਛਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਕੋ ਮੰਗ:

'ਕਰ ਕਾਸਾ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀ ਭੂਖ—ਮੈਂ ਦਰਿ ਮਾਂਗਉ ਨੀਤਾ ਨੀਤ' 721
ਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਉਣਾ ਭੀ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਇਕ

ਪਿਆਸ ਦੀ ਮਸਤੀ ਦਾ ਰੂਪ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਨੀਂਦ ਸੁਹਲੀ ਨਾਮ ਦੀ ਭੁਖ' 901 ਬਣ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਆਦਮੀ ਰੋਟੀ ਲਈ ਤੇ ਪਿਆਸਾ ਪਾਣੀ ਲਈ ਵਿਲਕਦਾ ਹੈ ਓਹ ਇਉ ਨਾਮ ਲਈ ਵਿਲਕਦੇ ਅਤੇ ਅੰਦਰੋ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰ ਉਸੇ ਪਿਛੇ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਤੇ ਫੁਰਨੇ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਓਹ ਤੁਧ ਬਿਨਾਂ ਰੋਗ ਰਜਾਈਆਂ ਦੇ ਓਢਣ ਨਾਗ ਨਿਵਾਸਾ ਦੇ ਰਹਿਣਾ ਦੇ ਸੁਨੇਹੜੇ ਮਿਤਰ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਭੇ ਦੇ ਹੋਇ ਆਪਣੀ ਵਿਆਕਲਤਾ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪਿਆਰੇ ਪਾਸ ਪਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨਾਂ ਨੂੰ 'ਵਿਨ ਤੁਧੁ ਹੋਰ ਜਿ ਮੰਗਣਾ ਸਿਰ ਦੁਖਾਂ ਕੇ ਦੁਖ' ਪਰਤਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਜੀਵਨ ਕਥਾ ਅਜੇਹੇ ਨਾਮ ਪ੍ਰਤਾਏ ਵਿਆਕੁਲ ਹੋਏ ਮਤਜਾਂਉੜੇ ਦੀ ਵਾਰਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਾਰਤਾ ਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਉਨਾਂ ਦੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਚਰਨਾ ਦੇ ਭਉਰਾ ਬਨ ਵਿਚਰਨ ਦੀ ਕਥਾ ਹੈ

'ਭਇਆ ਦੀਵਾਨਾ ਸਾਹੁ ਦਾ ਨਾਨਕ ਬਉਰਾਨਾ' ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਲੋਂ ਮਨੁਖ ਨੂੰ ਬਲਕਿ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਜੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਬਖਸੀਆਂ ਅਨੇਕ ਦਾਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਅਤਿ ਅਮੋਲਕ ਦਾਨ ਪਿਆਰ ਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਸਰਹਿਕ ਤਥਾ ਦਿਮਾਗੀ ਬਣਤਰ ਅੰਦਰ ਧਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਮੋਜੂਦ ਹੈ। ਹਰ ਸਰੀਰ ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਮਨੁਖ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਥੇ ਪਸੂ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਅਣਦਿਸਦੇ ਕਿਰਮ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਹਾਥੀ ਅਤੇ ਮਗਰਮਛ ਤਕ ਦਾ ਹੈ

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਨ ਕੋਈ ਸੋਚ ਇਛਿਆ (ਖਾਹਿਸ਼) ਅਤੇ ਜੀਉਂਦਾ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚਾਹ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਪਰ ਹਰ ਸੋਚ, ਹਰ ਖਾਹਿਸ ਅਤੇ ਹਰ ਚਾਹ ਪਿਛੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੰਬੰਧਤ ਜੀਵ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੈ ਸਾਰੀਆ ਸੋਚਾਂ ਤੇ ਖਾਹਿਸ਼ਾ ਧਿਆਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ

ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਪਲਦੀਆਂ ਹਨ ਇਨਾਂ ਅੰਦਰ ਰਬ ਵਲੋਂ ਪਾਈ ਧਿਆਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨ ਹੁੰਦੀ ਅਥਵਾਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਨ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਇਨਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਨ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਿਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁਖ ਤੇ ਹਰ ਜੀਵ ਮਾਤਰ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਇਕ ਅਤਿ ਅਹਿਮ ਅੰਸ਼ ਧਿਆਨ ਹੈ ਅਥਵਾ

ਮਨੁਖ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਆਧਾਰ ਉਸ ਗੱਲ ਵੱਨੇ ਦਿਤਾ ਧਿਆਨ ਹੈ। ਕੋਈ ਗੱਲ ਭੀ ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਲਾਏ ਬਿਨਾ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਪੜਨ ਵਾਲੇ ਬਚੇ ਦਾ ਆਪਣੇ ਸਬਕ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਬਕ ਯਾਦ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਧਿਆਨ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਈ ਬਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਯਥਾ

ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ 'ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ

ਅਤੇ

ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਭੂਤਿ।

ਬਲਕਿ ਕੰਨੀ ਮੁੰਦਰਾਂ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਸੁਆਹ ਮਲਣ ਜੇਹੀਆਂ ਸਹਹੀਕ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੰਨ ਪਾਟੇ ਜੋਗੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਉਚਾਰੀ ਜਪਜੀ ਦੀ ਪੰਝੀਵੀ ਪਉੜੀ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਦੀਆਂ ਮੁੰਦਰਾਂ, ਸਰਮ ਤੇ ਪਤ ਦੀ ਝੋਲੀ ਕੁਆਰੀ ਅਥਵ-ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਿਸ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਅਛੋਹ ਰਖਣ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਪਰਤੀਤ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਦੇ ਡੰਡੇ 'ਧਿਆਨ ਕੀ ਬਿਭੂਤੀ ਕਹਿ ਕੇ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਉਣ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਸ਼ਰਮ ਅਤੇ ਪਰਤੀਤ ਆਦਿ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਦਿਤੀ ਹੈ। ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਮਨੁਖ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹਰ ਕੰਮ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਧਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੋ ਕਮ ਬੇ-ਧਿਆਨੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਉਸ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣਾ ਯਕੀਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵੀ ਧਿਆਨ ਦਿਤੇ ਬਿਨਾਂ ਹੋ ਸਕਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਭਗਤੀ ਭਾਵ ਤਥਾ ਸਿਮਰਨ ਭਜਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨੀਚ ਤੋਂ ਨੀਚ ਕਰਮ ਚੋਰੀ ਯਾਰੀ, ਵੈਰ ਵਿਰੋਧ ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਅਨਸਰਦੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਤਿ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਜਿਹੇ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵੀ ਤਦੋਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਨ ਵੱਲ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਹੋਵੇ। ਜੋ ਲੋਗ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਤਿਆਗ ਅਥਵਾ ਕਿਨਾਰਾਕਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪਹਿਲੀ ਪੌੜੀ ਆਪਣੇ ਧਿਆਨ ਦਾ control ਹੈ। ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਏ ਬਗੈਰ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਣ ਹੋਣਾ ਹਰਗਿਜ਼ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ :

'ਮਨ ਜੀਤੈ ਜਗ ਜੀਤ'

ਜੇਹਾ ਫੁਰਮਾਣ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ! ਸੰਸਾਰ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਮਨ ਜਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ ਰਫਤਾਰ ਨਹੀਂ, ਮਨ ਅੱਖ ਝਮਕਣ ਜਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਸਾਰੀ ਜਾਣੀ ਪਛਾਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਚੱਕਰ ਕੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । ਇਸੇ ਲਈ ਏਨੇ ਤੇਜ ਰਫਤਾਰ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿਤ ਲੈਣਾ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਜਿਤ ਲੈਣ ਸਮਾਨ ਕਿਹਾ ਹੈ ।

ਪਰੰਤੂ ਏਨੇ ਤੇਜ਼ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿਤ ਲੈਣ ਤਥਾ ਬੰਨ੍ਹ ਲਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਹੈ । ਜਿਸ ਮਨੁਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਏਨਾ ਸਾਧ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਂਦਾ ਉਸ ਨੇ ਮਨ ਜਿਤ ਲਿਆ ਸਮਝੋ ।। ਸੋ ਅਸਲ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਯਕਸੂ ਕਰ ਲੈਣ ਅਥਵਾ ਕਿਸੇ ਮਿਥੇ ਧਿਆਨ ਤੇ ਟਿਕਾ ਲੈਣ ਦੀ ਹੈ ।

ਇਹ ਸਾਰੀ ਵਿਚਾਰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ, ਬਹਾਉਣ ਦਾ ਮੂਜਦ (ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ) ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੈ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ ਦੀ ਯਕਸੂਈ (ਪਕੜ) ਹੀ ਮਨ ਅਵੱਲ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ ਜਿਹਾ ਪਧਰਾ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਤੂੰ ਦੋਜ਼ਖ ਦੀ ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈਂ ਤਾਂ :

'ਫਰੀਦ ਮਨ ਮੈਦਾਨ ਕਰਿ ਟੋਇ ਟਿਬੇ ਲਾਹਿ
ਅਗੈ ਮੂਲਿ ਨ ਆਵਸੀ ਦੋਜ਼ਕ ਸੰਦੀ ਭਾਹਿ ।'

ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਪੱਕੀ ਸੜਕ ਵੈਸੇ ਪਧਰੇ ਅਤੇ ਸਾਫ ਰਸਤੇ ਤੇ ਮਨੁਖ ਰਵਾਂ ਰਵੀਂ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਔਖ ਪਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਟੋਇ ਟਿਬੇ ਹੋਣ ਤਾ ਪਾਂਧੀ ਹਰ ਕਦਮ ਸੋਚ ਸਮਝ ਕੇ ਪੁਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੇ ਖਟਕੇ ਰਵਾ ਰਵੀਂ ਨਹੀਂ ਤੁਰ ਸਕਦਾ ਇਉਂ ਹੀ ਜੇ ਮਨੁਖ ਦਾ ਮਨ ਭਾਂਤ ਭਾਂਤ ਦੇ ਸੰਸਿਆਂ ਫਿਕਰਾਂ ਤੋਂ ਬੇ ਲਾਗ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੁਹੇਲਾ ਤੇ ਸੁਖੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਦੀ ਮੰਜ਼ਲ ਸਹਿਜੇ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਫਿਕਰਾਂ ਅੰਦਰ ਗ੍ਰਸਤ ਮਨੁਖ ਦਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਇਕ

ਕਠਨ ਮਜ਼ਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਮੈਦਾਨ ਦੀ ਤਰਾਂ ਪਧਰਾ ਅਥਵਾ ਬੇਫਿਕਰ ਮਨੁਖ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਸੁਖੀ ਬਿਤਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੋ ਧਿਆਨ ਇਕ ਐਸੀ ਸੁਤੇ ਅਲਿਕਕ ਵਸਤੂ ਵਹਿਗੁਰੂ ਵਲੋਂ ਮਨੁਖ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮਨੁਖ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਸਿਧ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੇਧਿਆਨੇ ਕੀਤਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਭੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਪਤਾ ਖੜੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਗੇ ਹੋ ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦੁਖ ਸੁਖ ਜਾਂ ਨਫੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਗੱਲ ਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਇਸ ਕਦਰ ਲਗਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਸ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਉਸ ਗੱਲ ਤਥਾ ਉਸ ਮਨੁਖ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨ ਚਿਤਵੇ। ਮਨੁਖ ਦੀ ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ :

'ਲਾਗੈ ਸਹਿਜ ਧਿਆਨ'

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾਂ ਵਿਚ ਮਨ ਸੁਤੇ ਸਿਧ ਅਥਵਾ ਨਿਰਯਤਨ ਜਾਂ ਸੁਭਾਵਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਜਾਂ ਯਤਨ ਕਰਨ ਦੇ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਟਿਕ ਚੁਕਿਆ ਮਨ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵੰਨੇ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ—ਇਹ ਮਨ ਦੇ ਪੂਰਨ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਮਨ ਵਿਚਾਰ ਅਧੀਨ ਵਿਸ਼ੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹਰਗਿਜ਼ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ। ਮਨ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਲਈ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤਿਅੰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਬਲਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅੰਦਰ :

'ਅੰਤਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਜਿਸੁ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰੀਤਿ'

ਜੈਸੇ ਫੁਰਮਾਨ ਮੌਜੂਦ ਹਨ।

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਨਿਰਾ ਰਾਮ ਰਾਮ ਅਲਹ ਅਲਹ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਕਹੇ ਜਾਣ ਤੇ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਮੌਖਕ ਸਿਮਰਨ ਤਾਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਜਿ।ਸਿ-ਰਨ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਵਾਰ ਵਾਰ

ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਈ ਤੌਰ ਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਫੁਰਮਾਣ ਹੈ :

'ਸੁਖਮਨੀ ਸੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ—ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ'

ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੇ ਉਸ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਉਸ ਉਚਾਰੇ ਨਾਮ ਨੇ ਧੂਹ ਨਹੀਂ ਪਾਈ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਐਸਾ ਉਚਾਰਨ ਹਾਲਾ 'ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਰਾਮ' ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਹੈ। ਨਾਮ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਸ੍ਰਾਮ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਇਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ :

'ਜਿਨਾਂ ਅੰਤਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ ਤਨਿ ਕੈ ਕਾਜ ਦੇ ਆਂਦੇ ਰਾਸ
ਤਿਨ ਚੁਕੀ ਮੁਹਤਾਜੀ ਲੋਕਲ ਦੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਅੰਗਿ ਕਰਿ ਬੈਠਾ ਪਾਸਿ'

ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨੇ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿਤੀ ਹੈ ਤਦ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਨਾਮ ਲਿਆ ਮੁਬਾਰਕ ਤੇ ਸਫਲ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਅਵਸਥਾ :

ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ'

ਦੀ ਹਾਲਾਂ ਨਹੀਂ ਬਣੀ—ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪਿਆਸੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪਿਆਸ ਮਿਟ ਜਾਣ ਵਾਂਗ ਅੰਦਰ ਵਸੇ ਨਾਮ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਭਰਨੀ ਹੈ ਕਿਸ ਬਾਹਰ ਦੀ ਵਾਹ ਵਾਹ ਨਾਲ ਗਲ ਬਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਇਹ ਤਾਂ :

'ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ'

ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਉਪਜਾਂਉਣੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਲਈ ਮਨ ਦਾ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਹੈ—ਟਿਕਾਓ ਵਿਹੂਣਾ ਸਿਮਰਨ—

'ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮੁ ਨਾ ਹੋਇ'

ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਪਾਠ ਵਿਹਾਰ ਆਮ ਤੌਰ ਹੀ ਅਜੇਹਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਜਪੁ ਜਾਪੁ ਰਹਿਰਾਸ ਸਾਰਾ ਕੁਛ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਅਸਾਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਪਾ ਕੇ ਕਦੀ ਵੇਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਕਿ ਕੀ ਸਾਡੇ ਕੀਤੇ ਪਾਠਾਂ

ਨੇ ਕਦੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਭੀ ਧੂਹ ਪਾਈ ਹੈ ਜਾਂ ਕੇਵਲ ਸਾਡੇ ਹੋਂਠ ਹੀ ਹਿਲਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ 'ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ' ਦੇ ਫੁਰਮਾਣ ਅਨੁਸਾਰ ਭੀ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ ਪਾਠ ਪੜਨ ਸੁਨਣ ਨੇ ਟੁੰਬਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਬਾਰਕ ਹੈ ਸਾਡਾ ਕੀਤਾ ਪਾਠ ਪਰ ਜੇ ਅਸਾਂ ਆਪ ਵੀ ਪਾਠ ਨਹੀਂ ਸੁਣਿਆ ਤਾਂ (ਐਸੇ ਪਾਠ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਿਵਾਇ ਇਸ ਤਸੱਲੀ ਦੇ ਕਿ ਅਸਾਂ ਪਾਠ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਤਨੇਮੀ ਆਪ ਵੀ ਸਮਝ ਲਵੇਗਾ।

ਸਆਂ 'ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ'

ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਅੰਦਰ ਵਿਚਰਨਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਬਖਸ਼ਸ਼ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਰਥਾਏ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਲੜ ਲਗਣ ਦੀ ਅਵਸ਼ਕਤਾ ਦ੍ਰਿੜਾਈ ਹੈ।

'ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬਾਣੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਾਰ'

ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਹੈ ਸੇਵਕ ਜਨ ਮਾਨੈ ਪਰਤੱਖ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੇ ਅਤੇ

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ਰਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾਂ ਫਲ ਪਾਵੈ ਕੋਇ' (ਗੁ: ਮਹੱਲਾ ੩)

ਇਹ ਵਡਿਆਈ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੈਸੀਆਂ ਮਹਾਨ ਹਸਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਆਪ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਨ ਕਰਕੇ :

'ਗੁਰਮੁਖ ਕੋਟ ਉਧਾਰਦਾ ਭਾਈ, ਜੇ ਨਾਵੇ ਏਕ ਕਣੀ'

ਦੇ ਫੁਰਮਾਣ ਤੇ ਪਹਿਰਾ ਦਿਤਾ।

ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੋ

ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖੋ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹੋ
